TABLE DE L'ESPOIR
TABLE OF HOPE
2019

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER

SO THAT WE CAN ALL EAT

LUNDI 6 MAI 2019

GRAND QUAI, VIEUX-MONTRÉAL

MONDAY 6 MAY 2019

GRAND QUAY, OLD-MONTREAL

50 YEARS

CHOM 97.7

THE SPIRIT OF ROCK

TABLE DE L'ESPOIR
TABLE OF HOPE
2019

En soutien aux programmes de sécurité alimentaire de Partageons l'espoir

Depuis bientôt 30 ans, Partageons l'espoir s'engage à semer l'espoir et le rêve dans la communauté par le biais de programmes de qualité visant l'épanouissement et la réussite des jeunes, l'accès à une alimentation saine et à la santé pour tous et le développement de l'employabilité.

Inspiré par la vision d'une communauté dynamique où chacun a la possibilité et les moyens de réaliser ses rêves, Partageons l'espoir vise :

- La sécurité alimentaire pour tous, avec une attention particulière aux besoins des enfants en âge scolaire

  Pour que l'on puisse tous manger
- L'épanouissement et la réussite des jeunes

  Pour que l'on puisse tous apprendre et grandir
- Le développement de l'employabilité par des stages de formation et de préparation à l'emploi

  Pour que l'on puisse tous travailler

TABLEDELESPOIR.CA

Benefitting Share the Warmth's food programs

For almost 30 years, Share the Warmth has been awakening hopes and dreams in the community through excellence in programming that fosters the overall development and success of youth, increases access to food security and health for all, and offers work training programs.

Inspired by the vision of a vibrant community where all members reach their full potential and achieve their dreams, Share the Warmth's priorities are:

- Food security for all, with special attention to school-aged children

  So we can all eat
- The overall development and success of youth

  So we can all learn and grow
- Employment and job readiness training

  So we can all work

TABLEOFHOPE.CA

PARTAGEONS | SHARE THE
L'ESPOIR | WARMTH

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER

Partageons l'espoir cherche à répondre aux défis alimentaires et à la difficulté d'accéder à des aliments frais dans la communauté. Partageons l'espoir reconnait que la nourriture est essentielle à la vie, nécessaire pour maintenir la bonne santé du corps et de l'esprit. Nous visons à rendre les denrées saines accessibles à tous. Avec nos membres, nous saisissons toutes les occasions d'apprendre, de cultiver, cuisiner et partager des repas. Notre vocation vise à offrir des aliments nutritifs et des repas délicieux qui répondent également aux besoins, aux goûts et à la réalité de nos membres. L'accessibilité à des aliments frais et de qualité pour tous est un défi de société de plus en plus important. C'est pourquoi Partageons l'espoir souhaite transmettre et partager cette réalité et sensibiliser les invités de la Table de l'espoir à cet enjeu de taille.

SO WE CAN ALL EAT

Share the Warmth is engaged in tackling the challenges of accessing fresh, affordable food in our community. We believe access to healthy food is a right that is key to a person's overall health and wellbeing. In collaboration with our members, we capitalise on every opportunity to learn, grow, cook and share good food. Our goal is to provide nutritious food and delicious meals to the community, while respecting our members' needs, tastes and life realities. As access to fresh, affordable and sufficient food becomes more and more challenging in our society, our goal is to raise awareness about this pressing issue among Table of Hope guests.

625, rue Fortune Montréal (Québec) H3K 2R9
(514) 933-5599 partageonslespoir.ca sharethewarmth.ca

Nous sommes fiers de soutenir Partageons l'espoir et Table de l'espoir.

We are proud to support Share the Warmth and Table of Hope.

FONDATION
AIR CANADA
FOUNDATION

MERCI DE VOTRE PARTICIPATION

Depuis sa création en 2008, Table de l'espoir a permis d'amasser 1,2 million de dollars et ainsi financer les programmes de sécurité alimentaire de Partageons l'espoir. Au fil du temps, Table de l'espoir est devenu un événement gastronomique fort couru à Montréal grâce au soutien de nombreux partenaires et à des centaines de convives enthousiastes qui, année après année, contribuent au succès de cet événement.

Au nom de Partageons l'espoir, Au nom de Partageons l'espoir, son conseil d'administration, ses membres du personnel et de la communauté, nous vous remercions pour votre engagement et de contribuer au mieux-être de notre collectivité.

THANK YOU FOR ATTENDING TABLE OF HOPE 2019

Since 2008, Table of Hope has been Share the Warmth's largest fundraising event and has raised over $1.2 million for Share the Warmth's food security programs. Relying on its numerous partners and the hundreds of guests, who, year after year, contribute to the event's success, Table of Hope has become one of the most popular gourmet fundraising events in Montreal. On behalf of Share the Warmth, our board members, staff and members, we thank you for your participation and for contributing to the welfare of our community.

CHUCK HUGHES

Coprésident d'honneur

Chuck est le copropriétaire et chef de cuisine du Garde Manger et du Bremner, deux restaurants très convoités à Montréal. Il est également la vedette des chaînes de télévision suivantes : Food Network Canada et Cooking Channel (aux États-Unis) via ses émissions telles que Chuck's Day Off, Chuck's Week Off et Chuck's Eat The Street. Sa passion sans demi mesure pour le divertissement se traduit aussi bien par sa cuisine mémorable que par ses émissions captivantes.

Autres faits saillants de la carrière culinaire de Chuck :

- Être devenu le plus jeune chef canadien à avoir gagné le Iron Chef aux États-Unis;
- Être devenu la vedette avec neuf autres chefs célèbres sur The Next Iron Chef: Super Chefs;
- Avoir fait parti d'un panel de juges de premier choix sur Chopped Canada;
- Et avoir publié deux livres à succès pour la maison d'édition Harpercollins Canada : « Garde Manger » et « Chuck's Day Off ».

Récemment, il est devenu la vedette de deux séries québécoises : À couteaux tirés et La Relève, et a lancé une gamme de produits alimentaires très convoitée. Mes essentiels de cuisine, est composé de produits tels que l'huile d'olive, le vinaigre, le sirop d'érable et des antipasti que Chuck utilise autant dans ses restaurants qu'à la maison. Tous ces produits de bases sont faits par des personnes qu'il connaît, en qui il a confiance et auxquels il attribue une grande qualité.

Par exemple, l'huile d'olive de mon proprio Grec vient directement des oliveraies crétoises, alors que le vinaigre de cidre de ma pomiculture et le sirop d'érable de mon bûcheron sont deux produits fabriqués par des petits producteurs de la Montérégie, région de naissance de Chuck.

Récemment, Chuck a joué dans une nouvelle série aux côtés de son meilleur ami, le Chef Danny Smiles. Le Road Trip de Chuck et Danny de Food Network Canada, suit ces deux chefs qui explorent et mangent sur leur chemin en parcourant le Canada. Chuck a également terminé le tournage de sa nouvelle série le monde de Chuck.

Chuck Hughes est impliqué avec Partageons l'espoir et Table de l'espoir depuis 2018.

Honorary Co-Chair

Chuck is the co-owner and executive chef of Montreal hot-spots, Garde Manger and Le Bremner. He is also the talented star of such Food Network Canada and Cooking Channel (U.S.) shows as Chuck's Day Off, Chuck's Week Off and Chuck's Eat The Street. His unbridled passion for entertaining translates into both memorable food and captivating television. After going to culinary school and working in some of the hottest restaurants in Montreal he partnered with his two best friends and opened Garde Manger to rave reviews and packed seating. In August 2011, he and his partners opened their second restaurant in Old Montreal – Le Bremner.

Five years ago Chuck and the team at Crown Salts first catered the VIP Artist World at Osheaga, Montreal's renowned 3 day music and arts festival. Since then, every year Chuck and his team create an unforgettable dining experience for the more than the 100 appearing bands at the festival. Some of the other highlights of Chuck's celebrity cooking career include; becoming the youngest Canadian chef to win on Iron Chef America; starring with nine other celebrity chefs on The Next Iron Chef: Super Chefs; joining an all-star panel of judges on Chopped Canada as well as publishing two best-selling

books for Harpercollins Canada, "Garde Manger" and "Chuck's Day Off."

Recently he starred in two Quebec series À couteaux tirés and La Relève and launched a line of highly anticipated food products. My Kitchen Staples are delicious essential items such as olive oil, vinegars, maple syrup and antipastos that Chuck uses in both his restaurants and at home. All the staples are made by people he knows, trusts and gives credit for their quality. For example, My Greek Landlord's Olive Oil is from his landlords' olive groves in Crete, while My Apple Farmer's Apple Cider Vinegar and My Woodsman's Maple Syrup are crafted by small producers from where Chuck was born in the Montérégie region of Quebec.

My Kitchen Staples are currently available in 100 stores across Quebec and in fine food stores across Canada.

Go to www.chuckhughes.ca to find the nearest one.

Recently Chuck starred in a new series alongside his best buddy, chef Danny Smiles. Food Network Canada's Chuck and Danny's Road Trip follows these two chefs as they explore and eat their way across Canada. Chuck also completed filming his new series Chuck's World.

Chuck Hughes has been involved with Share the Warmth and Table of Hope since 2018.

© Monique Simone / Sasha Onyshchenko

© Julie Perreault

STEPHANO FAITA

Coprésident d'honneur

Stefano Faita a grandi derrière le comptoir de la Quincaillerie Dante, commerce familial situé dans le quartier Petite Italie, à Montréal. Élevé à regarder sa mère Elena cuisiner pâtes, sauces tomate et autres spécialités italiennes, il a très vite cessé d'être spectateur et s'est découvert une véritable passion pour la cuisine. Il est aujourd'hui chef de l'école de cuisine *Mezza Luna*, qu'il a fondée en 1993 avec sa mère. C'est là

qu'il révèle tous les secrets des plats typiques de l'Italie tels que le risotto, les raviolis, les antipastis et la pizza, son plat favori. En plus, Stefano est copropriétaire de trois restaurants à Montréal: *Impasto, Pizzeria Gema* et *Chez Tousignant*.

Chroniqueur culinaire au Journal de Montréal durant plus de cinq ans, il est aussi l'auteur de trois livres de cuisine. *Entre Cuisine et Quincaillerie*, paru en 2007, relate son apprentissage culinaire auprès de sa mère et de sa grandmère, en lien avec les traditions et l'héritage familial. Le volume a reçu le prix du meilleur livre de cuisine canadien en 2008. *Entre Cuisine et Bambini*, paru à la fin de 2009, est le reflet de la nouvelle vie de papa de Stefano et propose des recettes pour les jeunes familles d'aujourd'hui. Il signe aussi Je cuisine italien, paru à l'automne 2011, ainsi qu'*In The Kitchen*, un ouvrage calqué sur l'émission éponyme diffusée à CBC.

À la télévision, on l'a vu chaque semaine à Radio-Canada, comme chef en résidence à l'émission *Kampaï*. Il a ensuite été à la barre d'*Al Dante*, émission culinaire présentée à Casa et au caractère très personnel, car inspirée de l'environnement culinaire coloré de Stefano. Au fil des saisons, il a emmené les spectateurs en Italie pour y découvrir des produits locaux et originaux. En plus de faire sa place auprès du public francophone, Stefano a animé en anglais l'émission *In The Kitchen*, présentée à CBC et le dimanche soir à Télélatino. Durant la saison 2014-2015, il a aussi été chroniqueur à *Deux filles le matin*. Outre sa participation ponctuelle à plusieurs émissions culinaires, Stefano est maintenant à la barre d'*Arrive en campagne*, diffusée à TVA pendant l'été.

Durant l'été 2017, Stefano a lancé sa gamme de sauces pour pâtes en partenariat avec tous les détaillants IGA du Québec et du Nouveau-Brunswick.

Honorary Co-Chair

Stefano Faita grew up behind the counter of the family's hardware store, Quincaillerie Dante, in Montréal's Little Italy neighbourhood. From an early age, he would watch his mother Elena make pasta, tomato sauces and other Italian specialties. He quickly went from being a spectator to a participant, discovering his true passion for cooking. Today, he is a chef at the *Luna Mezza Cooking School*, which he founded in 1993 with his mother. It is here that he reveals all the secrets behind great Italian classics like risotto, ravioli, antipasto and pizza, his favourite dish. Stefano is also the co-owner of three Montréal restaurants: *Impasto, Pizzeria Gema* and *Chez Tousignant*.

Food columnist at the Journal de Montréal for over five years, Stefano also published three cookbooks. 2017's *Entre Cuisine et Quincaillerie* chronicles his educational journey in the kitchen with his mother and grandmother, and the relationship with family traditions and cultural heritage. The book won best Canadian cookbook (French) in 2008. *Entre Cuisine et Bambini*, published in 2009, reflects Stefano's new role as a father and includes recipes for the young modern family. He also released *Je cuisine italien* in the fall of 2011, as well as In the Kitchen, a book modelled after the CBC television show of the same name.

On television, Stefano appeared weekly as resident-chef on Radio-Canada's *Kampaï.* He then starred on Casa's *Al Dante*, a show inspired by his personal and very colourful culinary environment. Throughout the seasons, he took viewers to Italy to discover a host of local products. On top of making his mark with French-speaking audiences, Stefano starred on CBC's *In the Kitchen*, which also aired on Telelatino on Sunday evenings. During the 2014–2015 season, Stefano had recurring appearances on *Deux filles le matin*. In addition to his many guest appearances on various culinary shows, Stefano is now the star of *Arrive en campagne*, which is part of TVA's summer lineup.

In the summer of 2017, Stefano launched his line of pasta sauces in partnerships with IGA Québec and IGA New Brunswick.

NOS PARTENAIRES MÉDIA

OUR MEDIA PARTNERSS

CJAD 800 AM News·Talk·Radio

96 Virgin RADIO

TSN 690 MONTREAL

CHOM 97.7

CTV

ENERGIE 94.3

événements VL events

ACCORD IS PROUD TO SPONSOR TABLE OF HOPE

WE ARE ALSO PROUD TO PROVIDE BUSINESSES WITH FLEXIBLE FINANCING SOLUTIONS:

- Asset-Based Lending
- Factoring
- Lender Finance
- Retail Inventory Financing
- Equipment Financing
- Supply Chain Financing
- Small Business Loans

ACCORD FINANCIAL

1 844-932-9940
accordfinancial.com

services alimentaires Can-Am cultive le succès depuis 1984

KuglerKandestin

COMMITMENT. EXCELLENCE. RESULTS.

Celebrating over 90 years, Kugler Kandestin has prided itself on its commitment to excellence, unparalleled client service, and delivering results.

Through a select group of attorneys who are consistently recognized as leaders in their fields, Kugler Kandestin has built its reputation on an unwavering resolve to exceed clients' expectations on every level. From individual clients to large multi-national corporations, every client at Kugler Kandestin benefits from this cornerstone of our firm's philosophy.

Kugler Kandestin. Your premier boutique law firm.

1 Place Ville-Marie • Suite 1170 • Montreal, Quebec • Canada H3B 2A7 • (514) 878-2861 • www.kklex.com

MAYA JOHNSON

Coanimatrice de Table de l'espoir 2019

Maya Johnson est chef du bureau de CTV Montréal à Québec. Elle travaille à la station depuis 2005 où elle a commencé comme stagiaire tout en étudiant le journalisme à l'Université de Concordia.

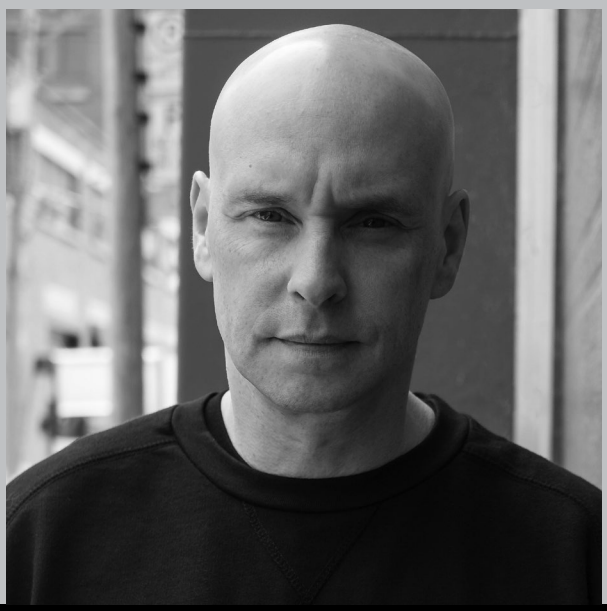
Après avoir obtenu son diplôme avec mention, Maya a été reconnue comme une journaliste prometteuse dans «Watch This Face», un article publié dans la Gazette de Montréal. Elle a passé une session d'études à l'école de langue et de culture italienne Michel-Ange à Florence avant de retourner à la salle de rédaction où elle a été embauchée en tant que journaliste aux reportages généraux à temps plein en 2012. Tout au long de sa carrière, Maya a couvert l'actualité de dernière heure partout à travers le Québec — du déraillement de train au Lac Mégantic à la fusillade dans une mosquée à Québec.

Bien qu'établie dans la capitale de la province, Maya revient régulièrement à Montréal à titre de chef d'antenne, ce qui lui permet de profiter de la scène culinaire montréalaise qui est l'un de ses plus grands plaisirs !

Co-Host - Table of Hope 2019

Maya Johnson is the Quebec City Bureau Chief for CTV Montreal. She has been working at the station since 2005, where she began as an intern while studying journalism at Concordia University.

After graduating with distinction, Maya was profiled as an up-and-coming journalist in "Watch This Face," a feature in the Montreal Gazette. She spent a session studying at the Michelangelo Italian language and culture school in Florence, Italy, before heading back to the newsroom, where she was hired as a full-time general assignment reporter in 2012. Throughout her career, Maya has covered breaking news stories across the province – from the train derailment in Lac Megantic to the mosque shooting in Quebec City. While based in the province's capital, she continues to return to Montreal on a regular basis to fill in at the anchor desk. Savouring delicious meals is one of her greatest pleasures, so taking advantage of the city's spectacular food scene is one of her favourite parts about coming back to Montreal!



JASON ROCKMAN

Coanimateur de Table de l'espoir 2019

Jason Rockman est difficile à battre quand il s'agit d'enthousiasme, d'énergie et de passion pour la musique. Musicien professionnel depuis 20 ans, il a vendu plus de 120 000 albums à travers le monde et a déjà partagé la scène avec Ozzy Osbourne, Our Lady Peace, Pantera, Korn, Motörhead, Queens of the Stone Age et de nombreux autres artistes de renom. Jason est le chanteur principal pour Slaves on Dope, correspondant pour CTV National News et porte-parole pour Montreal Comiccon et Heavy Montreal. Animateur de l'émission «Amped with the Rockman» sur CHOM 97.7, il partage sa passion pour la vie, la musique, le cinéma et la culture populaire avec son public cinq soirs par semaine. Il est aussi animateur de l'émission «On the Record» sur CJAD 800.

Co-Host - Table of Hope 2019

When it comes to enthusiasm, energy and passion for music, Jason Rockman is tough to beat.

Having been a professional musician for over 20 years, selling over 120,000 records worldwide and sharing the stage with the likes of Ozzy Osbourne, Our Lady Peace, Pantera, Korn, Motörhead, Queens of the Stone Age and countless others, Jason has been there and bought the t-shirt. He is the lead singer of Slaves On Dope, entertainment correspondent for CTV National News and spokesperson for Montreal Comiccon and Heavy Montreal. He brings his love of life, music, movies and pop culture to his audience five nights a week on Amped with the Rockman on CHOM 97 7. He is also the host of On the Record on CJAD 800.

LE PROGRAMME ALIMENTAIRE SCOLAIRE

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS GRANDIR ET APPRENDRE

Le saviez-vous ?

- **En moyenne, 1 700 étudiants par semaine provenant de 17 écoles reçoivent des collations et des repas sains pour optimiser leur rendement scolaire.**
- **80 000 muffins et biscuits sont cuisinés chaque année scolaire.**
- **La préparation de collations et de repas se fait par 18 bénévoles par semaine pour un total de 2 500 heures de bénévolat par année.**

Partageons l'espoir croit en un modèle alimentaire scolaire qui propose des repas sains pour tous les élèves. De tels programmes évitent de stigmatiser les élèves qui n'ont pas assez à manger et donnent à chaque élève la possibilité de manger un repas sain et nutritif. Jusqu'à ce qu'un tel modèle soit adopté partout au Canada, Partageons l'espoir s'engage à fournir aux élèves montréalais des repas et des collations saines afin qu'ils puissent se concentrer sur leur apprentissage et réussir.

SCHOOL FOOD PROGRAM

SO WE CAN ALL LEARN AND GROW

Did you know?

- **An average of 1,700 students per week in 17 schools receive healthy snacks and meals to improve their concentration and academic performance.**
- **80,000 muffins and cookies are made in our kitchen each school year.**
- **Snacks and meals are prepared by 18 volunteers per week who work a total of 2,500 volunteer hours a year.**

Every student should have enough to eat. Share the Warmth believes in a school food model that provides healthy meals to all students. Such programs avoid stigmatizing students who do not have enough to eat and gives every student the opportunity to eat a healthy, nutritious meal. Until such a model is adopted in Canada, we are committed to raising the funds to provide food to hungry students around the city so that they can focus on learning and success.

Desjardins
Caisse du Sud-Ouest
de Montréal

RuGicomm

AVEC LE BON PARTENAIRE
FINANCIER, TOUT EST POSSIBLE

Nos solutions financières sont uniques, comme les besoins
de votre entreprise.

WITH THE RIGHT FINANCIAL
PARTNER, ANYTHING IS POSSIBLE

We provide innovative financial solutions as unique
as your business needs.

roynat.com

Roynat MD | Banque Scotia MD

® Registered trademarks of The Bank of Nova Scotia.

imk
avocats • advocates

Monique Simone
PHOTOGRAPHY

POLAR PAK MD
UNE MARQUE DE NOVOLEX

Notre engagement :

Soutenir notre communauté

Québecor est fière de participer à la **Table de l'espoir** et d'ainsi contribuer au développement de programmes alimentaires scolaires pour les enfants de Montréal.

QUÉBECOR

UNE BANQUE ALIMENTAIRE BASÉE SUR LE CHOIX

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER SUFFISAMMENT

- **1 100 personnes par mois reçoivent une aide alimentaire grâce à la banque alimentaire de Partageons l'espoir.**
- **30 % des utilisateurs de la banque alimentaire ont moins de 18 ans.**

Notre approche vise à offrir à nos membres des aliments sains et nutritifs. En 2017, nous avons abandonné le modèle traditionnel des banques alimentaires pour adopter un modèle de choix. Cela signifie que les membres sont désormais en mesure de choisir des produits parmi huit catégories d'aliments. Cette approche renforce la participation active des membres, leur offre la possibilité de faire des choix alimentaires plus sains et permet une meilleure conscientisation de leur état de santé.

BOLOGNAISE LENTILLES OU THON À LA CHUCK HUGHES

(4 portions)

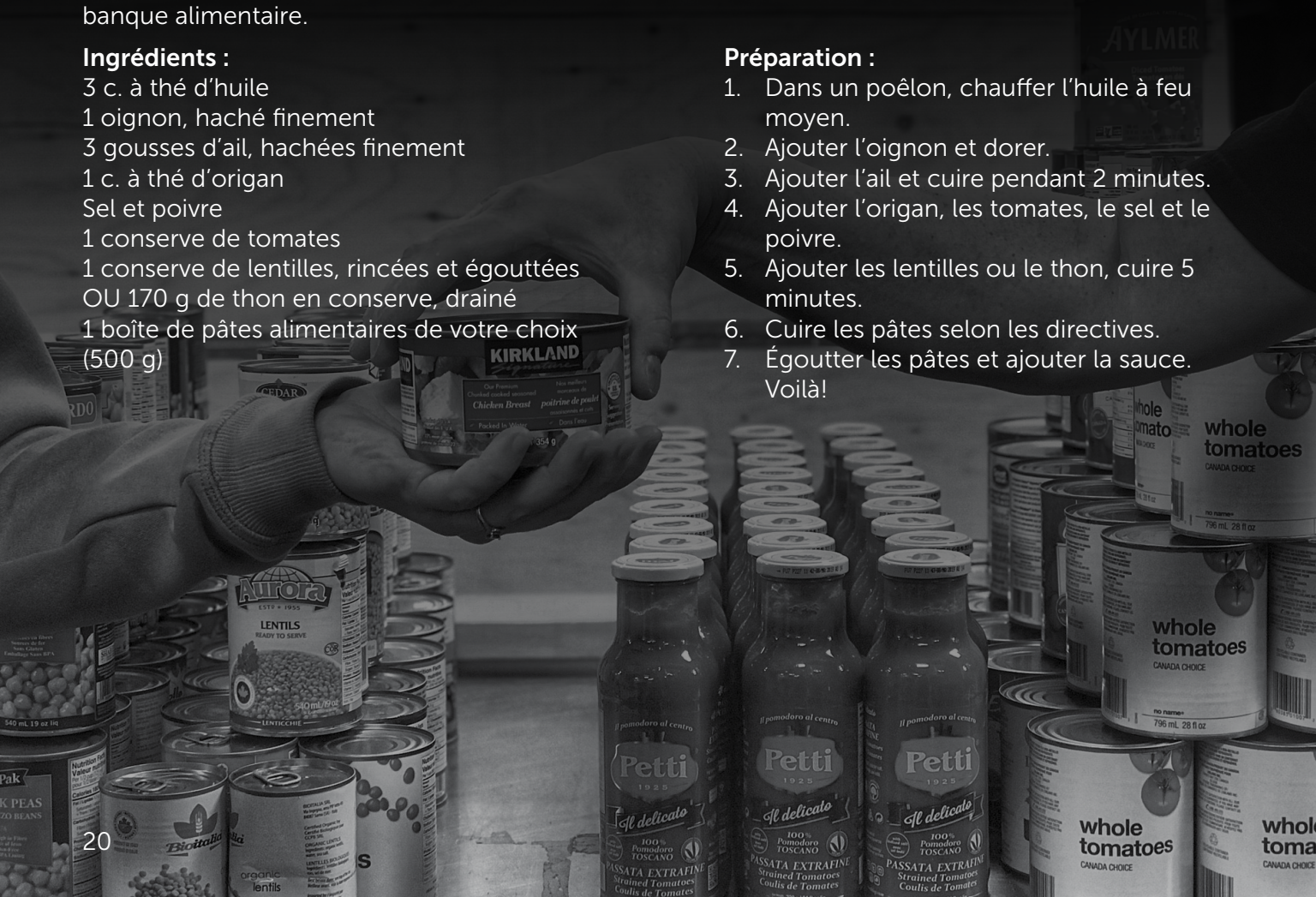
Durant l'été 2018, Chuck Hughes est venu faire une démonstration pour nos membres. Sa recette simple et délicieuse a été appréciée de tous. Les ingrédients utilisés sont toujours disponibles à la banque alimentaire.

Ingrédients :

3 c. à thé d'huile
1 oignon, haché finement
3 gousses d'ail, hachées finement
1 c. à thé d'origan
Sel et poivre
1 conserve de tomates
1 conserve de lentilles, rincées et égouttées
OU 170 g de thon en conserve, drainé
1 boîte de pâtes alimentaires de votre choix (500 g)

Préparation :

1. Dans un poêlon, chauffer l'huile à feu moyen.
2. Ajouter l'oignon et dorer.
3. Ajouter l'ail et cuire pendant 2 minutes.
4. Ajouter l'origan, les tomates, le sel et le poivre.
5. Ajouter les lentilles ou le thon, cuire 5 minutes.
6. Cuire les pâtes selon les directives.
7. Égoutter les pâtes et ajouter la sauce. Voilà!



THE FOOD BANK: THE POWER TO CHOOSE

SO WE CAN ALL EAT ENOUGH

- **1,100 people per month receive food assistance from Share the Warmth's food bank.**
- **30% of food bank users are under the age of 18.**

Our approach focuses on providing the healthiest, and most nutritious food possible to our members. In 2017, we moved away from the traditional food bank model toward a member-choice model. What this means is that members are able to choose the items they want from eight food categories. This encourages member involvement, provides members with the dignity to choose what they want to eat, and gives them a sense of empowerment regarding their own health.

LENTIL OR TUNA BOLOGNESE À LA CHUCK HUGHES

(4 servings)

In the summer of 2018, Chuck Hughes visited Share the Warmth to demonstrate to members how to prepare an easy and affordable dish using ingredients from the food bank. His simple and delicious recipe was a big hit and can be made with food bank staples.

Ingredients :

3 tbsp. oil
1 onion, finely chopped
3 cloves of garlic, finely chopped
1 tbsp oregano
Salt & pepper
14 oz can of tomatoes
14 oz can of lentils, drained and rinsed
OR 6 oz can of tuna, drained and flaked
1 box of pasta of choice (17 oz)

Preparation :

1. Heat oil in pan over medium heat.
2. Add onion and cook until golden and softened.
3. Add garlic and cook for 2 minutes.
4. Add oregano, tomatoes, salt and pepper.
5. Add lentils or tuna and cook for 5 minutes.
6. Cook pasta according to package directions.
7. Drain and add the sauce. Enjoy!

LE MARCHÉ DE FRUITS ET LÉGUMES : CULTIVER UNE COMMUNAUTÉ EN SANTÉ

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER SAINEMENT

- **À l'été 2018, plus de 3 600 personnes ont acheté des fruits et légumes frais à notre marché communautaire.**
- **35 % des clients payent moins que le prix suggéré, 45 % payent le prix suggéré et 20 % payent plus que le prix suggéré.**

C'est durant l'été 2017 que nous avons lancé notre premier marché de fruits et légumes basé sur le modèle « payez ce que vous pouvez ». L'objectif est de rendre les produits frais plus accessibles à l'ensemble de la communauté, de réduire le gaspillage alimentaire provenant des marchés, de promouvoir les produits locaux et de contribuer à construire une communauté plus en santé. Le marché est ouvert à tous, indépendamment de la situation financière et les personnes qui peuvent se permettre de payer le prix suggéré ou plus sont encouragées à le faire.

PAIN FOCACCIA

(6 à 8 portions)

En plus des fruits et légumes, les clients peuvent aussi acheter du pain maison, des confitures et d'autres produits préparés dans notre cuisine.

Ingrédients :

- 500 g (environ 3-1/4 tasses) de farine tout usage non blanchie
- 4 g (environ 1 c.-à-soupe) de levure instantanée
- 325 g (environ 1 1/2 tasses moins 1 c. à soupe) d'eau
- ¼ tasse d'huile d'olive extra-vierge, divisée
- Garnitures : votre choix d'oignons caramélisés, herbes fraîches, poivrons rouges, tomates cerises, etc.
- Sel de mer

Préparation :

1. Dissoudre la levure dans de l'eau à l'aide d'un fouet et placer dans un grand bol. Ajouter le sel et la farine au bol. À l'aide d'une cuillère en bois, mélanger jusqu'à l'obtention d'une boule molle. Couvrir d'une pellicule de plastique et laisser reposer sur le comptoir entre 8 heures et 24 heures.

   Retirer la pâte du bol. Verser 2 c. à soupe d'huile dans une moule rectangulaire et déposer la pâte dans le moule. Bien étaler la pâte avec les doigts en la retournant pour bien l'enrober d'huile. Couvrir avec une pellicule de plastique et laisser reposer 2 heures à température ambiante. S'assurer de bien étirer la pâte de temps à autre.

   Préchauffer le four à 450°F.

   Répartir les garnitures sur la pâte en créant de petites cavités avec le bout des doigts dans la pâte. Ajouter les 2 c. à soupe d'huile restante et saler.

2. Cuire au four entre 16 et 24 minutes ou jusqu'à la pâte soit dorée.

Recette adaptée de : https://www.seriouseats.com/recipes/2015/02/easy-no-knead-olive-rosemary-pistachio-focaccia-kenji-recipe.html

THE FRUIT AND VEGETABLE MARKET: CULTIVATING A STRONGER COMMUNITY

SO WE CAN ALL EAT HEALTHY

- **In the summer of 2018, over 3,600 customers bought fresh fruits and vegetables at the market**
- **35% of customers pay less than the suggested price, 45% pay the suggested price and 20% pay more than the suggested price.**

In the summer of 2017, we launched our first pay-what-you-can fruit and vegetable market. The goal is to make fresh produce more accessible to the entire community, reduce food waste from local markets, promote locally grown products and cultivate a stronger community. The market is open to everyone, regardless of financial situation, and people who can afford to pay the suggested price or more are encouraged to do so. However, if customers cannot afford to pay the suggested price, they can still buy the fruits and vegetables they need to feed themselves and their families.

OVERNIGHT FOCACCIA

(Serves 6-8)

In addition to fresh fruits and vegetables, customers can also buy homemade breads, jams and other products made in our kitchen.

Ingredients :

500 grams (about 3-1/4 cups) all-purpose flour
15 g (about 1 tbsp) salt
4 g (about ½ tsp) instant yeast
325 g (about 1-1/2 cups minus 1 tbsp) water
¼ cup extra-virgin olive oil, divided
Toppings: choice of caramelized onions, fresh herbs, peppers, cherry tomatoes, etc.
Coarse sea salt

Preparation :

1. Dissolve yeast in water with a whisk and place in a large bowl (that will hold up to four times the current amount of dough). Weigh salt and flour and add to bowl. Mix with a wooden spoon until no dry flour remains. Cover with plastic wrap and let rest on the countertop for at least 8 hours and up to 24 hours.

   Oil hands and remove dough from bin. Pour 2 tbsp oil onto a large baking pan and transfer dough to the pan, turn to coat with oil and flatten out slightly. Cover with plastic and allow to rest 2 hours at room temperature. Over the 2 hours gently stretch dough to fill the pan.

   Preheat oven to 450 ° F.

   Spread toppings over the surface of the dough and press down on them with your fingertips to embed slightly. Drizzle with remaining 2 tbsp olive oil. Sprinkle with coarse salt.

2. Bake until top is golden brown, and bubbly and bottom is golden brown and crisp when you lift it with a thin spatula, 16 to 24 minutes.

Adapted from: https://www.seriouseats.com/recipes/2015/02/easy-no-knead-olive-rosemary-pistachio-focaccia-kenji-recipe.html

RÉSERVATIONS - AÉROPORTS GARANTIES 100%
100% GUARANTEED AIRPORT RESERVATIONS

TAXI ATLAS 514 485-8585

- PERSONNALISÉ
- EFFICACE
- PROPRE
- RAPIDE

- PERSONALIZED
- EFFICIENT
- CLEAN
- FAST

Service de taxi 5 minutes | 5 minutes taxi service
(si les conditions météo le permettent) / (weather permitting)

Disponible sur App Store
DISPONIBLE SUR Google play

24 h VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS Interac 24 h

ABC FUR HAT MFG INC.
MADE IN CANADA SINCE 1989

CADENCECYCLE

Ralph B. Chodos, CPA, CA
President/Director

Ralph Chodos CPA Inc.
Chartered Professional Accountant Corporation
Corporation Comptable Professionel Agréé

100, boul. Alexis Nihon, bureau 520,
Montréal, Québec, H4M 2P1
Téléphone: 514-932-2163 • Fax: 514-739-2785
Email (office): chodosco@kbhns.ca
Email (personal): rchodos@kbhns.ca

Desjardins

Gregory Hernandez
Représentant hypothécaire Desjardins

Mobile : (514) 515-4734
Fax : 1 (855) 515-4734
gregory.hernandez@desjardins.com
Top 10% Mortgage Advisor in Canada since 2013

ALFONSO BALLESTER
Courtier immobilier agréé DA

Mobile : (514) 865-0065
aballester@ballester.ca
Conseillers immobiliers
Commercial | Résidentiel | Propriétés à revenus | Financement

TIMCHIN
PHOTOGRAPHY

CAPREA
Évaluation et conseils immobiliers

ADMACO
Équipement de Bureau Ltée
Business Machines Ltd

KONICA MINOLTA
Imprimé sur copieur couleur Konica Minolta

info@admaco.com
5525 Paré, Montréal (QC) H4P 1P7
T 514.341.3020
F 514.341.3167
www.admaco.com

Jewish General Hospital
LAWRENCE C. PANASCI, M.D.
DIRECTOR, MEDICAL ONCOLOGY
PROFESSOR OF MEDICINE AND ONCOLOGY
MCGILL UNIVERSITY
Pavilion E, Room 718
3755 Côte-Sainte-Catherine Road
Montreal, Québec, H3T 1E2
Tel. 514 340 8222 **Ext.** 24915 **Fax** 514 340 8302
Email lpanasci@hotmail.com
A McGILL UNIVERSITY TEACHING HOSPITAL

La santé et le bien-être nous tiennent à cœur.
Nous sommes fiers de contribuer à la pérennité de Partageons l'espoir et de soutenir la Table de l'espoir.

Health and well-being are important to us.
We are proud to contribute to Share the Warmth and support Table of Hope.

rcgt.com

Raymond Chabot Grant Thornton

Certification | Fiscalité | Conseil
Assurance | Tax | Advisory

LE CAFÉ-COMMUNAUTAIRE : UN LIEU DE RENCONTRE ACCUEILLANT ET CHALEUREUX

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER ENSEMBLE

- **Au cours de la dernière année, le Café communautaire a réduit ses dépenses de repas de 80 % en utilisant des aliments donnés ou récupérés.**

TACOS AU CHOU-FLEUR AVEC SALSA D'ANANAS

(4 portions)

Le café-communautaire est ouvert 6 jours par semaine et offre des repas sains et abordables. Les repas sont préparés dans notre cuisine et notre objectif est de faire découvrir de nouvelles recettes saines à nos clients.

Ingrédients :

1 tête de chou-fleur, coupée en fleurons
Huile au besoin
1 c. à soupe de sucre
1 c. à soupe de poudre de chili
½ c. à thé de poudre d'ail
½ tasse de sauce barbecue
¼ tasse d'oignons hachés
3 c. à soupe de jus de lime
1 ananas, coupé en petits dés
2 tasses de coriandre fraîche hachée
Sel et poivre au goût
Piment de Cayenne au goût
Tacos à coquille rigide

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400 °F. Tapisser une plaque de cuisson avec du papier parchemin. Mélanger le chou-fleur avec de l'huile et étaler sur la plaque de cuisson. Cuire au four environ 25 minutes ou jusqu'à ce que les fleurons soient tendres et rôtis.
2. Mélanger le chou-fleur avec les épices puis faire sauter dans un grand poêle pour quelques minutes. Ajouter la sauce barbecue et ¼ tasse d'eau. Mijoter de 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit absorbée.
3. Mettre les oignons et le jus de lime dans un bol moyen et mariner 15 minutes.
4. Ajouter l'ananas et la coriandre et assaisonner de piment de Cayenne, de sel et de poivre.
5. Pour servir : mettre le mélange de chou-fleur dans les coquilles de taco et chauffer au four 5 minutes. Garnir de salsa d'ananas.

Adapté de : https://www.blissfulbasil.com/bbq-cauliflower-tacos-pineapple-salsa/

THE COMMUNITY-CAFÉ: SHARE THE WARMTH'S HEART AND SOUL

SO WE CAN ALL EAT TOGETHER

- **In the last year, the Café has reduced its lunch costs by 80% by using donated and recovered food**

BBQ CAULIFLOWER TACOS WITH PINEAPPLE SALSA

(4 servings)

Open six days a week, the Community-Café serves healthy, affordable meals. All meals are prepared daily in our kitchen and our aim is to encourage customers to discover and try new and healthy foods.

Ingredients :

1 head cauliflower, cut into florets
Oil as needed
1 tbsp sugar
1 tbsp chili powder
½ tsp garlic powder
½ cup BBQ sauce
1 onion, finely diced
3 tbsp lime juice
1 pineapple, finely diced
¼ cup finely chopped fresh cilantro
Salt and pepper to taste
Cayenne pepper to taste
Hard-shell tacos

Preparation :

1. Preheat oven to 400 °F. Toss cauliflower in oil and spread out on a parchment lined baking sheet. Bake until crisp, about 25 minutes.
2. Toss cauliflower with spices. Sauté in a large pan for a couple of minutes. Add BBQ sauce and 1/4 cup water. Let simmer 10–15 minutes until most of the sauce is absorbed.
3. Place onions and lime juice in a medium-sized bowl. Marinate for 15 minutes.
4. Add pineapple and cilantro to onions and season to taste with cayenne, salt and pepper.
5. To serve: place cauliflower in taco shells and heat in the oven for 5 minutes. Top with pineapple salsa.

Adapted from : https://www.blissfulbasil.com/bbq-cauliflower-tacos-pineapple-salsa/

KRUPS

IL N'EST JAMAIS TROP TÔT OU TROP TARD POUR COMMENCER À MANGER SAINEMENT

POUR QUE L'ON PUISSE TOUS MANGER ET CUISINER

- **50 membres, enfants et adultes, ont participé à des ateliers de cuisine en 2018**

Partageons l'espoir offre des ateliers de cuisine gratuits pour adultes et jeunes. Ces ateliers combinent des séances de cuisine pratique et des activités culinaires avec des recettes à emporter, des informations nutritionnelles faciles à comprendre, des exercices en groupe et des repas partagés.

IT IS NEVER TOO EARLY OR TOO LATE TO START EATING HEALTHIER

SO WE CAN ALL EAT AND COOK

- **50 adult and youth members participated in our cooking workshops in 2018.**

Share the Warmth offers free cooking workshops for adults and youth. The program combines fun, hands-on cooking sessions and food-based activities with take-home recipes, easy-to-understand nutritional information, group exercise, and shared meals.

MAIN
FLEURISTE • FLORIST

ESPACE ÉVÈNEMENTIEL
EVENT SPACE

LA SALLE WELLINGTON

Un lieu enchanteur pour fêter vos évènements spéciaux - A charming space to celebrate your special event

partageonslespoir.ca/location-salle
sharethewarmth.ca/hall-rental

Ralph B. Chodos, CPA, CA
President/Director

Ralph Chodos CPA Inc.

Chartered Professional Accountant Corporation
Corporation Comptable Professionel Agréé

100, boul. Alexis Nihon, bureau 520,
Montréal, Québec, H4M 2P1
Téléphone: 514-932-2163 • Fax: 514-739-2785
Email (office): chodosco@kbhns.ca
Email (personal): rchodos@kbhns.ca

Residence Elizabeth Enr

10927 Avenue des Récollets, Montréal-Nord, QC H1H 4G3x

(514) 325-8432

WHISKY CAFE

PARTAGEONS
L'ESPOIR
SHARE THE
WARMTH

TABLE
DE L'ESPOIR
TABLE OF HOPE
2019

Nous tenons à exprimer notre profonde reconnaissance à tous les membres du comité organisateur qui ont consacré temps et efforts ainsi que remercier tous les bénévoles pour leur précieuse contribution afin d'assurer le succès de Table de l'espoir cette année.

We would like to thank all the committee members and volunteers who gave their time and energy to ensure the success of Table of Hope 2019.

Coprésidents d'honneur / Honourary co-chairs

Chuck Hughes
Stefano Faita

Coanimateurs / Hosts

Maya Johnson
Jason Rockman

Comité organisateur / Organizing Committee

Emily Balderston
Melaine Campbell
Stefanie Carona
Geneviève Charette
Kate Cherry
Tom Clarke
Laura Cousineau
Fiona Crossling
Julia David
Matt Dixon
Tanina Drvar
Kimber Fellows
Ian Gergovich
Vanessa Girard-Tremblay
Dalila Hamsi
Nancy Harris
Andrew Hodes
Julie Hurtubise
Kamiah-Cloé Matchett
Rod Matheson
Fiona McAuliffe
Andrade Morabito
Bridie Morgan
Elizaveta Orlova
Karina Panasci
Angela Paulo
Steeven Pedneault
Tara Pietroniro
Charles-Alain Roy
Serge Théorêt
Katina Vanasse

DONATEURS

DONORS

3/4 Oz. Tonic Maison
30 Minute Hit Lasalle
A. Lassonde Inc.
Abeego
Agropur
Alambika
Aldo
Alex Wu
Alouettes De Montréal
Ambiance Limousines
Annie Young Boutique Spa
Arsenault Photo
Atelier La Vie Apothicaire
Atlantic Promotions Inc.
Avanaa Chocolat
B52 Gym
Bar À Beurre
Barbarella
Beaconsfield Golf Club
Beatrice Ristorante
Beaux
Beblue Bijoux
Benjamin Horwood
Bernardin
Body Blitz Spa Inc.
Bois Urbain
Bonbon Collections Inc.
Boot Rescue
Bota Bota, Spa-Sur-L'eau
Brasserie Mcauslan
Bravo Location Rentals Inc.
Browns
Buddha Station
Cabreilli Group
Cadence Cycle
Canadiens De Montréal
Can-Am
Carolyn Cutler
Centre Canadien d'Architecture
Centre Multi-Aventure Paintball Mirabel
Centre Segal
Cha's Organics
Chateau Ramezay
Chocolats Favoris
CIBC
Cinema Guzzo
Cirque Du Soleil
Clarins
Classy Formal Wear
Corby
Cosmodôme
Crèmerie Dalla Rose
Curage Spa
Cycle Néron Montréal
Daboom Desserts
Dahls Craft
Daisy Exclusive
Damae Hominis Silueta
Damas
Dario Mazzarello, Managing Director - Jarislowsky, Fraser Limited
Dermamode
Dollarama
Dormez-Vous
Dubarry Fourrures
Écomusée Du Fier Monde
Eight Ounce Coffee Ltd.
Energie Cardio
Eucalan Inc.
Fairmont Le Reine Elizabeth
Fixmestick
Fjall Raven
Flamme En Rose
Foiegwa Restaurant
Fondatrice Designer Nalovawax
Fonds De Solidarité Ftq
Fugazzi
Gabby Labbé
Ganz
Geneviève Charette
Georges Laoun Opticien
Glen Cambridge
Granby Zoo
Grant Brothers Boxing
Grey Stone Tea
Grooviola Gourmet
Groupe Barroco
Groupe Germain Hôtels
Groupe Omni
Groupe Paramount Inc.
Gusta
Heartbeat Hot Sauce Company
Heather Adelson
Howard Hoppenheim
Hyland's Care Canada
Icon Of Canada Inc.
Îlo307 Djeco
I-Mag Energies Inc.
Imprimerie Bel-Fast
International Star Registry Canada
International Telecom
Inuk Du-Bou
Isaac Mayer
Isaute
Joey Paolini
JPL International
JSG Professional Services
Just For Laughs
Justin Pike
Kabania

Kate Cherry
Kind Snacks
Kokoala
La Boîte Du Chef
La Canadienne
La Distillerie
La Maison Simons Inc.
La Source En Soi
Lassonde Industries Inc.
Le Bird Bar
Le Centre Des Sciences De Montréal
Le Creuset
Le Spa Westmount
Léché
Legler, Steve
Les Minettes
Les Produits Éco & Éco Inc.
Les Soeurs En Vrac
Les Spiritueux Iberville
Les Vins Occitani Inc.
Louve Montréal
Luna Oil Organics
M.A.C. Cosmetics
Madame Sac
Maison Boulud
Mark Lumber Company
Maui Jim Sunglasses / Zeal Optics
Mayer Fine Jewelery
Melgood Inc.
Michael Litvack
Miel Mtl.
Miss Fresh
Miss Pret À Manger
Modo Yoga Montreal, Ndg, West Island & Griffintown
Möet & Chandon
Moishes
Mondial de la Bière
Monsieur Resto & Bar
Montreal Impact
Murphy, Susan
Murray Epstein
Musée Des Beaux-Arts De Montréal
Musée Holocauste Montréal
Napa Auto Pro / Peter Giannopolous
Nespresso
Noblepack.com
Noémie Vaillancourt
Nos Cabanes
Notre-Boeuf-De-Grâce
Novolex Division Bag Craft
Oasis Footwear
Okiméga Inc.
Oliver & Bonacini Hospitality
Om West
Oneka Elements
Ontario Seed Co. Limited
Optica Westmount
Orchestre Symphonique de Montréal
Paper Circle
Patrice Pâtissier
Pellatt Cornucopia
Pier 21
Pizzeria Geppetto
Pomerleau
Plantétarium
Privé By David D'armour
Privé Revaux Canada
RB Railway Group Inc.
Regency Jewelry
Reina Procee
Restaurant Le Quartier Général
Restaurant Rosélys
Restaurant Sumac
Ritz Carlton
Rockaberry Griffintown
Rose De Mai Montréal
Rosetta
Rouge George - Bar À Vin
Rustique Pie Kitchen Inc.
Sac De Madame
Safeblend
Salon Deauville
Salon Hideout
Sarah Cole Cider
Saskia V. Jewelry
Seagulf Marine Industries Inc.
Sean Lin
Shah Trading Company
Smash & Tess Dreamwear Inc.
Soccerplexe
Sodastream
Spice Brothers
Spiritueux-Iberville
Steve Legler
Stokes
Strangers In The Night 2019 Gala
Street Monkeys
Studio Yoga Sukha & Massage
Sumac
Susan Murphy
Swell Fellow
Syntax
TD Bank Financial Planning
TD Bank Mortgage Specialist
Tennis Canada
The Comedy Nest
The Inn At Bay Fortune
The Keg
The Simply Soap Company
Thinkkitchen
Tiradito
TJX Inc.
Tom Chinappi
Tony Shoes
Tran Restaurant
U Main
V & O Salon
Véronique Gravel
Victoria Park Medispa
Wanderlust
Whiskey Café
WSP
Yanes

RESTAURANTS ET BREUVAGES
RESTAURANTS AND BEVERAGES

1909 Taverne Moderne - Laval
1950 Claude Gagné, Suite 401

Bad Monkey
3660 Poirier Blvd, Saint-Laurent

Bar à Beurre
350 Notre-Dame Est

Bon Vivant
2705 Notre-Dame Ouest

Boulangerie Arhoma
15 Place Simon-Valois

Burgundy Lion
2496 Notre-Dame Ouest

Cidrerie Sara Cole
750 rue Lowe local 110, Lachute

Chuck Hughes - Bar à Huitres

Crèmerie Dalla Rose
4609 Saint-Jacques

Daboom Desserts
915 Montée de Liesse

Dunn's Famous Decarie
7385 Decarie

Greystone Premium Organic Tea
213 avenue Labrosse

Hello 123 Monkland
5700 Monkland

Le Bird Bar
1800 Notre-Dame Ouest

Léché Desserts
640 de Courcelle

Lisbao Porto
3706 Notre-Dame Ouest

McAuslan's / Les Brasseurs RJ
5080 St-Ambroise

Miss Prêt à Manger
1104 rue de Bleury

Monsieur Restaurant + Bar
1102 rue de Bleury

Notre-Boeuf-de-Grâce
5732 Sherbrooke Ouest

Partageons l'espoir / Share The Warmth
625 Fortune

Pigeon Espresso Bar
1392 boul. de Maisonneuve O.

Restaurant Damas
1201 avenue Van Horne

Restaurant Daou
519 Faillon Est

Restaurant Provisions
1268 Van Horne

Rita
3681 Wellington

Rockaberry Griffintown
1380 Notre-Dame Ouest

Spice Bros
#3343B Dollard-Des Ormeaux

Street Monkeys
3625 Wellington

Traiteur Brera
6885 boul. St-Laurent

Unique Foods
9670 Trans-Canada HWY.

XO Le Restaurant
355 St-Jacques

MERCI À NOS THANK YOU TO OUR

SOUS-CHEFS

MONTONI

Bâtir un patrimoine durable

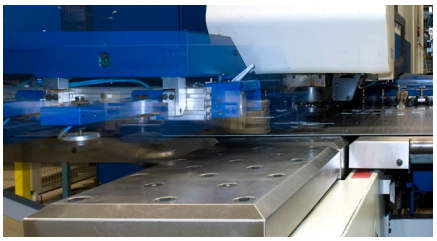
groupemontoni.com

Silver Star
MONTRÉAL

Crescent
Commercial
Corporation

partenaires pour votre entreprise

encans liquidations évaluations



spécialistes de l'inventaire et l'équipement
www.c3.com

CJAD 800 AM
News · Talk · Radio

THE VOICE OF MONTREAL

LOCAL BREAKING NEWS

MUTSUMI TAKAHASHI & PAUL KARWATSKY

CTV NEWS MONTREAL

WEEKNIGHTS 5 6 & 11:30